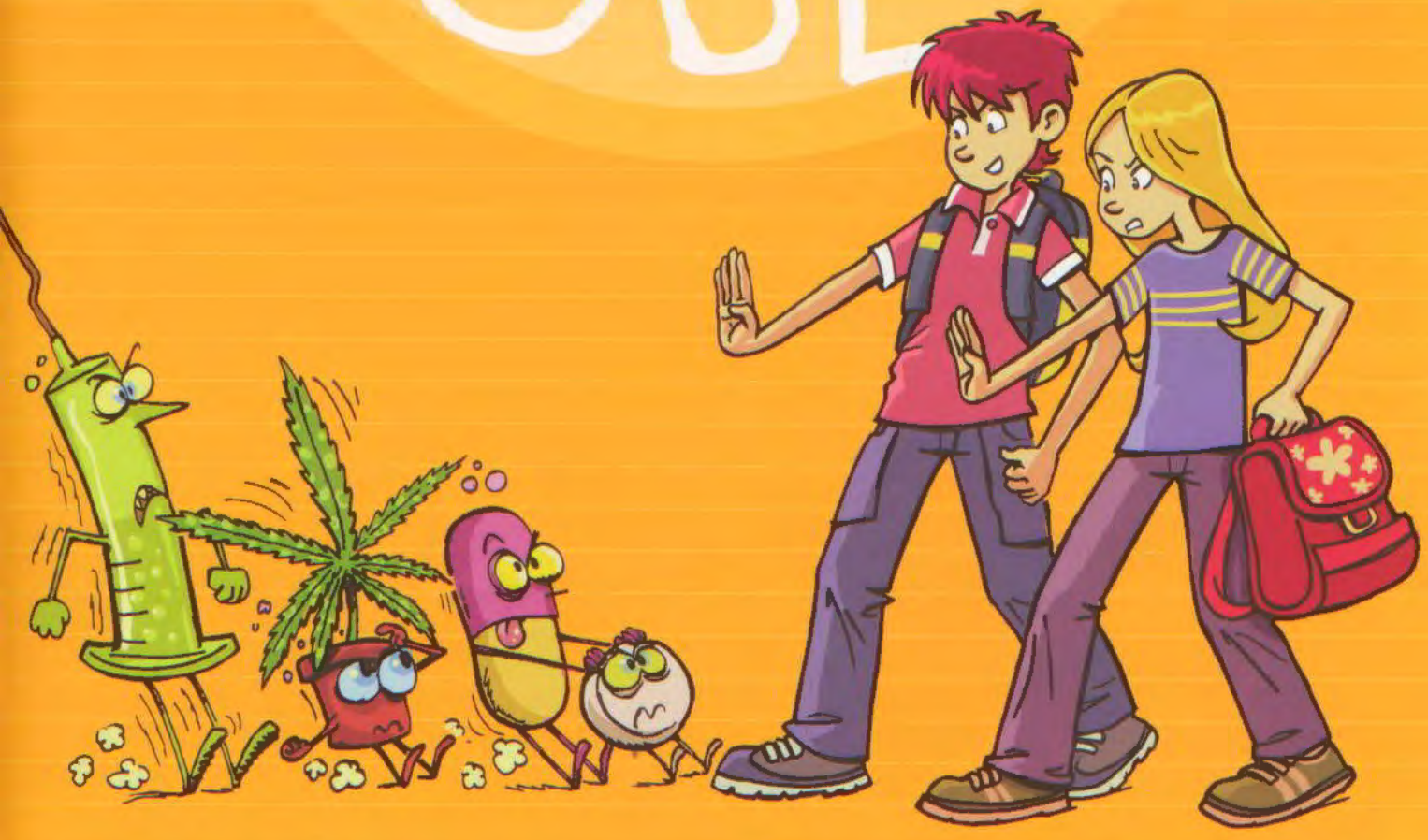
ИНФОРМАТОР ЗА УЧЕНИКЕ

Твоје ЗНАЊЕ мења СВЕ



САДРЖАЈ

ШТА СУ ПСИХОАКТИВНЕ СУПСТАНЦЕ?

ШТЕТНЕ ИЛИ КОРИСНЕ – РИЗИЦИ

ВРСТЕ И ДЕЈСТВА ПСИХОАКТИВНИХ СУПСТАНЦИ

ПСИХОАКТИВНЕ СУПСТАНЦЕ:

Алкохол

Амфетамини (Спид)

Анаболички стероиди

Аналгетици (Лекови против болова)

Кофеин

Кокаин

Екстази

Хероин

Лекови

ЛСД (Есид)

Марихуана (Канабис)

Никотин (Дуван)

Растварачи

Седативи

Ова публикација настала је уз подршку Европске уније. За садржај ове публикације искључиво је одговорна Euro Health Group – *пројекат* INSADA *и она ни на који начин не одражава ставове Европске уније и њених тела.*

Аутори: Sue Occleston, Patricia King, Eleanor Hill, Светлана Младеновић Јанковић, Зора Дешић

ИНФОРМАТОР ЗА УЧЕНИКЕ

Твоје ЗНАЊЕ

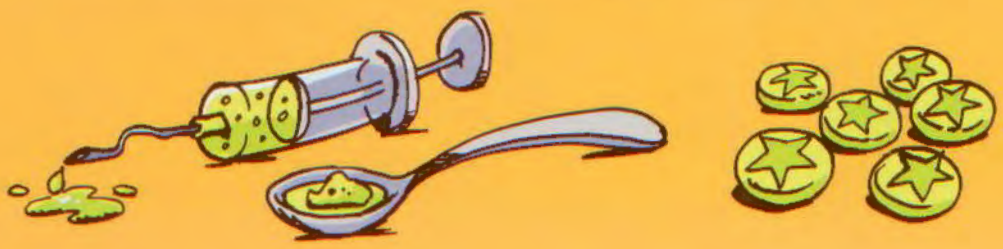
ШТА СУ ПСИХОАКТИВНЕ СУПСТАНЦЕ?

ПСИХОАКТИВНЕ СУПСТАНЦЕ ИЛИ ДРОГЕ СУ ХЕМИЈСКЕ СУПСТАНЦЕ КОЈЕ УТИЧУ НА НАЧИН НА КОЈИ УМ ИЛИ ТЕЛО ФУНКЦИОНИШУ.

Психоактивне супстанце показују различита штетна дејства, јер иако особа која их користи у кратком временском периоду по узимању супстанце може да има утисак да се осећа боље, последице њиховог коришћења су штетне по здравље.

Међу овим супстанцама су никотин, алкохол, разни лекови и супстанце које су забрањене законом, а које називамо НЕЗАКОНИТИМ ДРОГАМА.

Чак и лекови могу да нанесу штету уколико их користе особе које нису болесне, уколико их лекар није прописао или ако се користе на начин који није прописан.



Психоактивне супстанце могу да се поделе у три главне групе:

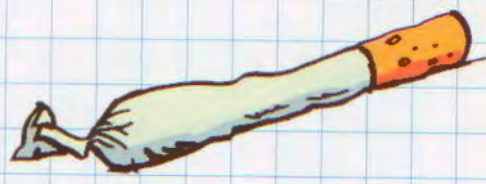
* СТИМУЛАНСИ, који убрзавају процесе у организму
* ДЕПРЕСОРИ, који успоравају процесе у организму
* ХАЛУЦИНОГЕНИ, који мењају начин на који особа види и чује и начин на који размишља; халуциногени, такође, могу да буду СТИМУЛАНСИ или ДЕПРЕСОРИ.

Психоактивне супстанце могу да створе зависност. То значи да, особи која их користи, та супстанца постаје неопходна како би се осећала нормално. Уколико таква особа престане да користи дату супстанцу, осећаће се лоше, односно осећаће знаке физичке и психичке кризе. Код неких психоактивних супстанци зависност се јавља веома брзо, док је код других потребан дужи временски период да би се развила зависност.

Дроге које су забрањене законом су веома штетне. Штетне последице имају и психоактивне супстанце које нису забрањене законом, као што су никотин, алкохол.

ШТЕТНЕ ИЛИ КОРИСНЕ ~ РИЗИЦИ

Физички



Психоактивне супстанце могу да имају различита штетна дејства на организам, у зависности од врсте супстанце, дозе, других супстанци које се узимају истовремено и индивидуалне реакције сваког организма. Лекови се испитују и дају у контролисаним дозама како би се обезбедило да појава оваквих штетних дејстава буде веома мало вероватна, а да особе које пате од одређених болести имају користи од употребе лека. Када се користе дроге, иако је могуће да постоји краткотрајно пријатно дејство, штетне последице због њиховог коришћења, које настају одмах или у дужем временском периоду су веома велике. У овом информатору описана су нека од штетних дејстава различитих психоактивних супстанци. Код неких психоактивних сустанци, ризик од штетног дејства на организам је веома висок, било краткорочно или дугорочно. Уколико психоактивна супстанца створи зависност, особа која је користи има непријатне симптоме уколико не узима ту супстанцу редовно, тако да осећа да мора да настави да је користи. Таквој особи је неопходна помоћ како би престала да користи дату супстанцу.

Психички

Психоактивне супстанце се често узимају због свог дејства на свест и емоције. Када дејство супстанце престане, особа која је користи осећа потребу да је поново узме и тако временом почиње да зависи од супстанце.

Неке психоактивне супстанце имају трајно лоше дејство на психичко здравље. Сви они који их користе су под ризиком, али је одговор сваког организма на супстанцу различит, те је тако за неке особе тај ризик много већи.

Друштвени

Особама, које користе неке психоактивне супстанце постаје тешко да се понашају нормално када су у друштву. Ако постану зависни од супстанце, то утиче негативно на њихову способност за рад, али и на њихов породични живот. Неке психоактивне супстанце чине људе агресивнијим и склонијим насиљу, што утиче на друге људе у њиховом окружењу.

Ово се односи и на законом дозвољене, као што је алкохол, али и на оне законом забрањене. Зависност од дрога може да доведе до тога да они који их користе почну да краду, да би обезбедили новац за њихову куповину.

Уколико је нека психоактивна супстанца забрањена законом, само поседовање такве супстанце и њена употреба чине кривично дело. Постоји и повећан ризик да ће особе које их користе повредити себе или друге људе, услед тога што не могу да контролишу своје поступке.

ШТА СУ АМФЕТАМИНИ?

Амфетамини (или спид) се обично срећу у облику беличастог праха или, понекад, таблета.

АМФЕТАМИНИ (СПИД)

КАКО се користе?

- Амфетамини се узимају гутањем.
- Прах може и да се шмркне, а може и да се припреми у шприцу и убризга.

КАКО делују?

- Амфетамини су стимуланси, тако да они који их користе могу да осећају да имају више енергије и самопоуздања.
- Како се енергија све више троши, особе које их користе почињу да осећају умор, стрепњу и узнемиреност.
- Спавање је отежано, а пошто амфетамини делују на губитак апетита, отежано је и узимање хране.
- Особе које их редовно користе се осећају преморено и веома несрећно.
- Амфетамини могу да изазову менталне болести.
- Амфетамини могу да изазову изненадну смрт услед срчаног или можданог удара, или да нанесу дуготрајну штету срцу.
- Убризгавање амфетамина може да доведе до ширења инфекција као што су HIV и хепатитис.
- Амфетамини стварају зависност.

ШТА СУ АНАБОЛИЧКИ СТЕРОИДИ?

Анаболички стероиди су хормонски препарати.

АНАБОЛИЧКИ СТЕРОИДИ

КАКО се користе?

- Анаболички стероиди могу да се убризгавају или да се узимају гутањем, у таблетама.
- Медицински стероиди се користе за лечење широког спектра болести.

КАКО делују?

- Анаболички стероиди могу да допринесу изградњи мишића и издржљивости при већем физичком напору.
- Употреба ових супстанци може да доведе до насилничког понашања и агресивности.
- Анаболички стероиди могу да доведу до губитка косе, акни, повишеног крвног притиска, оштећења и престанка рада срца и јетре, повећања груди код мушкараца, импотенције и промена у расположењу.
- Код жена, делују на продубљење гласа, смањење дојки, мањавост лица и нередован менструални циклус.
- Код младих, доводе до ограничења раста.
- Убризгавање анаболичких стероида може да доведе до ширења инфекција као што су HIV и хепатитис.

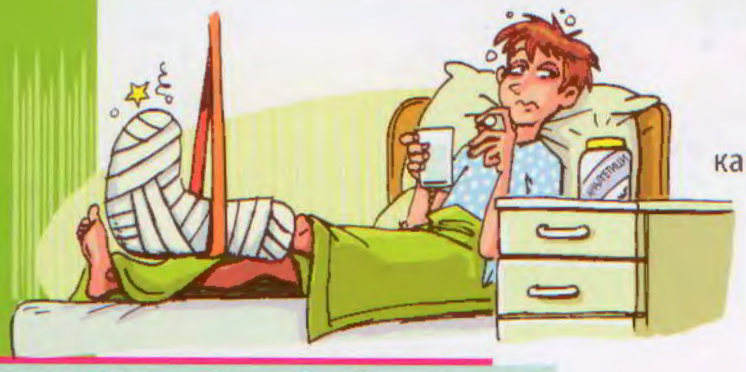
ШТА СУ АНАЛГЕТИЦИ?

Аналгетици су група психоактивних супстанци чијом употребом људи престају да осећају бол. Постоје аналгетици са различитим интензитетом дејства.

(Лекови против болова)

АНАЛГЕТИЦИ

КАКО се користе?



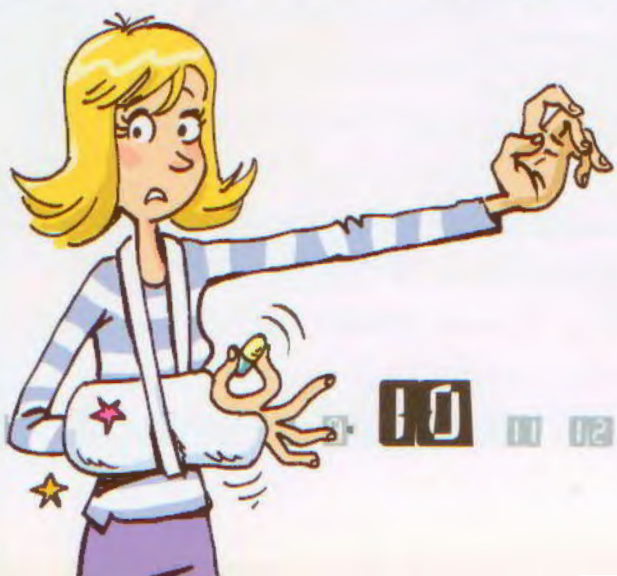
Аналгетици су у облику пилула или капсула и обично се узимају са течношћу.

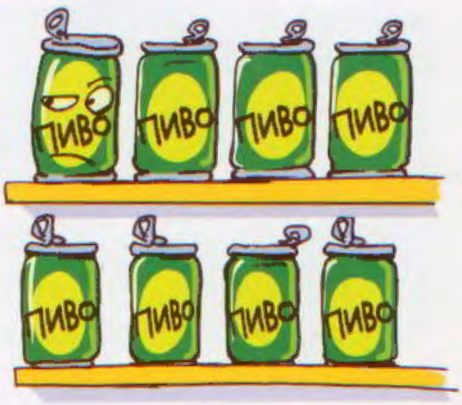
Аналгетици су лекови које треба узимати на препоруку лекара.

Јачи аналгетици могу да се дају и у инјекцијама.

КАКО делују?

- Аналгетици делују на смањење бола, блокирајући поруке које стижу у мозак или мењајући начин на који мозак тумачи те поруке.
- Када се користе на препоручени начин, аналгетици су ефикасни у смањењу бола и имају мало нежељених дејстава.
- Аналгетици су опасни када се мешају са другим психоактивним супстанцама, као што је алкохол.
- Узимање превелике дозе било ког аналгетика је штетно и може да доведе до трајног оштећења здравља или чак до смрти.





ШТА ЈЕ КОФЕИН?

Кофеин је суспстанца, која се добија из зрна кафе, из листова чаја и из какаових зрна. Налази се у чају, кафи, колама, енергетским пићима, чоколади и великом броју лекова.

КОФЕИН

КАКО се користи?

- Кофеин се најчешће узима у облику пића.
- Нека пића и производи садрже више кофеина, нека мање.
- Кока-кола и чај садрже кофеин. Кафа садржи много више кофеина.
- 250 мл енергетског пића садржи више него двоструко кофеина од конзерве Кока-коле.
- 30 грама црне чоколаде садржи приближно половину количине кофеина коју садржи шоља кафе.

КАКО делује?

- Кофеин је стимуланс и чини особу буднијом и сконцентрисанијом.
- Многи људи користе пића која садрже кофеин на почетку дана, како би се разбудили и покренули.
- Кофеин убрзава рад срца и повећава крвни притисак.
- Високе дозе кофеина доводе до главобоља и узнемирености.
- Дуготрајно коришћење кофеина може да доведе до астме, срчаних болести и високог крвног притиска.
- Кофеин развија зависност, па особе које га редовно користе када нагло престану осећају симптоме као што су главобоља, замор и стрепња.

ШТА ЈЕ КОКАИН?

Кокаин је дрога у облику белог праха.

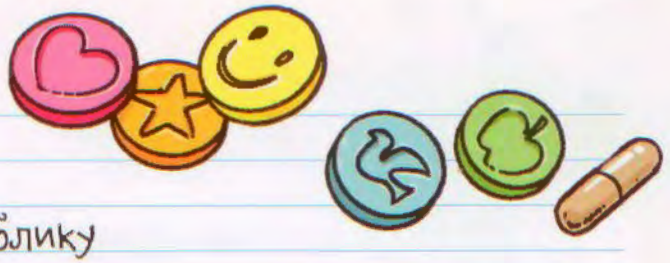
КОКАИН

КАКО се користи?

Кокаин може да се убризгава, ушмркава, пуши или гута.

КАКО делује?

- Кокаин је стимуланс који даје осећај већег самопоуздања, веће будности, умањује глад и смањује осећај бола.
- Ова дејства не трају дуго – интензивно пар минута, а нешто мање интензивно мање од пола сата.
- Особе које га користе се након тога осећају депресивно, а понекада и нервозно и параноично.
- Услед сталног ушмркавања кокаина долази до оштећења носа, јер носна преграда трпи оштећења.
- Коришћење кокаина доводи до оштећења плућа, услед чега се јавља отежано дисање и кашаљ.
- Превише кокаина доводи до престанка рада срца.
- Убризгавање кокаина може да доведе до ширења инфекција као што су HIV и хепатитис.
- Кокаин ствара зависност.



ШТА ЈЕ ЕКСТАЗИ?

- Екстази је вештачка дрога у облику таблете или праха у капсули.
- Таблете екстазија често на себи носе утиснуте сличице, као што су птице, јабуке или срца.
- Капсуле екстазија се такође срећу у различитим бојама и величинама.
- Често се продаје помешан са другим супстанцама.

Екстази

КАКО се користи?

- Екстази се најчешће гута уз течност.

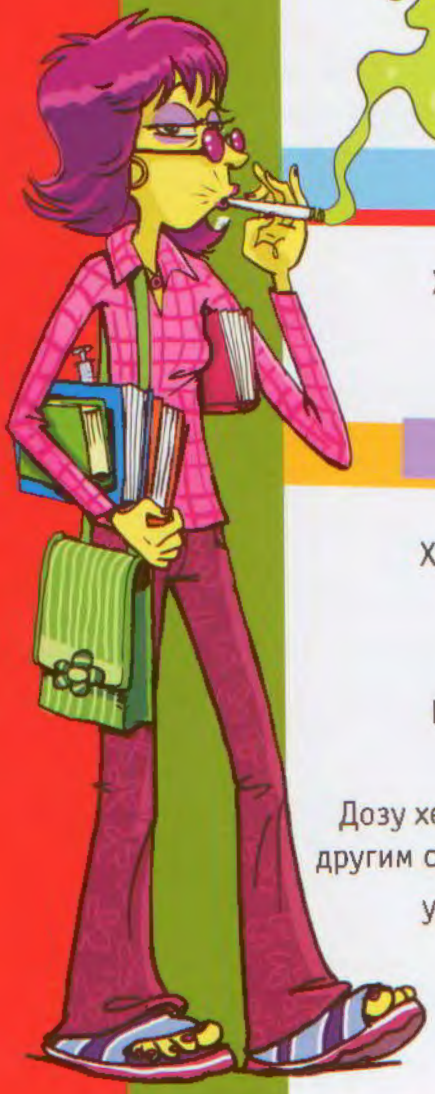
КАКО делује?

- Екстази је халуциноген и стимуланс, даје осећај веће будности и енергије.
- Дејства екстазија обично трају око три до четири сата.
- Под дејством екстазија људи постају дружељубивији и губи се осећај глади.
- Особе које га користе имају проблема са спавањем и осећају се несрећно, депресивно данима након узимања екстазија или чак могу имати осећај као да их неко прогони.
- Екстази повећава крвни притисак и убрзава рад срца, што може да доведе до престанка рада срца.
- Екстази може да утиче на мозак, због чега се особа која га користи осећа узнемирено или депресивно.
- Екстази може да проузрокује срчани удар и дехидрацију (губитак течности) и довести до колапса (онесвешћивања) или чак до смрти.

ШТА ЈЕ ХЕРОИН?

Хероин је супстанца који се производи од опијатског мака. Обично се меша са другим супстанцама када се продаје, што значи да његова јачина веома варира.

ХЕРОИН



КАКО се користи?

Хероин се обично пуши или убризгава.

КАКО делује?

Хероин је депресор који успорава рад мозга, срца и дисање.

Особе које га користе могу имати осећај задовољства, поспаности и опуштености, по узимању ове супстанце.

Када дејство хероина престане, особа се осећа депресивно или уплашено и нервозно.

Дозу хероина је немогуће контролисати због тога што се хероин меша са другим супстанцама, тако да постоји велики ризик од предозирања и смрти.

Убризгавање хероина може да доведе до ширења инфекција као што су HIV и хепатитис.

Хероин брзо изазива јаку зависност.

Лекови

ШТА СУ ЛЕКОВИ?

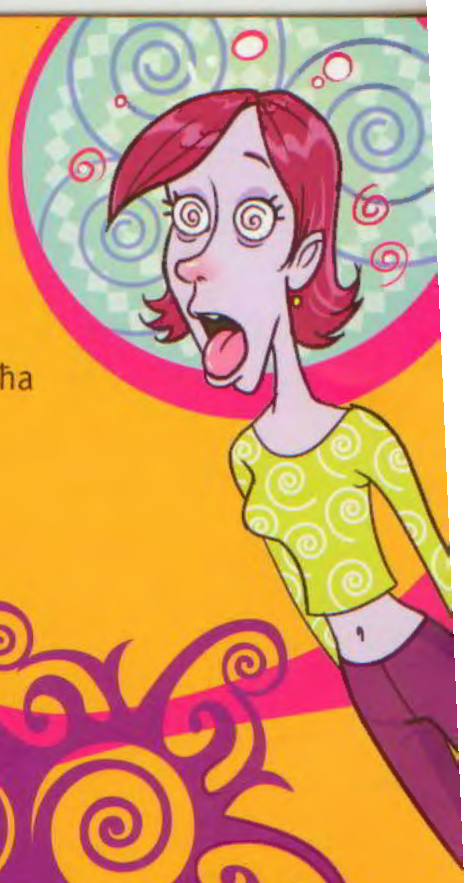
Постоје различите врсте лекова који се користе за лечење разних стања и обољења.

КАКО се користе?

- Лекови могу бити у облику таблета или течности.
- Неки лекови се могу купити у апотекама и без рецепта.
- Неки лекови се могу добити у апотекама само уз рецепт.
- Лекове треба чувати на безбедном месту, ван домашаја деце.

КАКО делују?

- Употреба лекова може бити опасна уколико се не користе преме упутству.
- Лекови се преписују у случају болести да би људи оздравили.
- Коришћење лекова који су преписани другој особи је штетно.
- Лекове треба користити само ако лекар то препоручи.
- Не треба употребљавати лекове којима је истекао рок трајања.



ЛСД (LSD)

ШТА ЈЕ ЛСД?

ЛСД је халуциноген.

Обично се продаје у облику папирића на које је накапана течност.

КАКО се користи?

ЛСД се користи у облику папирића који се сисају или у облику таблета.

КАКО делује?

ЛСД је снажан халуциноген који делује на то како видимо свет око нас или чујемо звуке.

Дејства ЛСД-а трају неколико часова и ни на који начин се не могу зауставити.

Под дејством ЛСД-а боје могу да буду интензивније, звуци могу да буду различити, а халуцинације могу да буду веома застрашујуће.

Особе које га користе заправо не знају шта раде и могу да изазову несрећне случајеве у саобраћају и у другим ситуацијама.

Узимање ЛСД-а може да доведе до »флеш-бекова«. То су халуцинације које се враћају месецима након коришћења ЛСД-а, што је веома застрашујуће.

ШТА ЈЕ МАРИХУАНА?

- Марихуана је биљка.
- Марихуана има облик зелених, смрвљених листова или тамно смеђих грудвица.

Марихуана (канабис)

КАКО се користи?

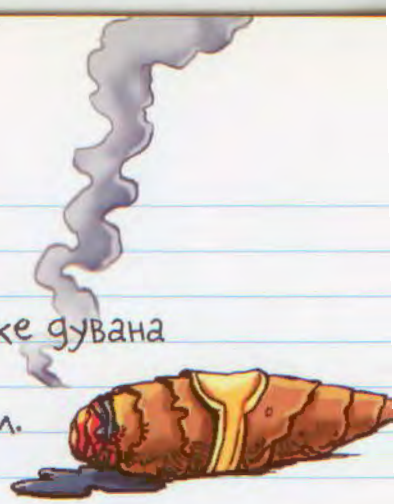
- Марихуана се пуши или једе.
- Уколико се пуши, обично се рола у цигарету или »џоинт«.

КАКО делује?

- Марихуана је халуциноген чијом употребом се лако постаје заборављан и тешко се концентрише.
- Особе које користе марихуану могу да се осећају опуштеније или поспано и да се неконтролисано смеју луцкастим мислима и идејама.
- Неке особе које је користе осећају стрепњу или параноју.
- Након што дејство марихуане престане, људи често осете јаку глад.
- Неке врсте канабиса су много јаче од других, посебно сканк, који може да доведе до појаве менталних болести, као што је шизофренија.
- Марихуана се обично пуши са дуваном и може да допринесе развоју рака плућа.

ШТА ЈЕ НИКОТИН?

Никотин се налази у осушеним листовима биљке дувана
Дуван садржи и многе друге хемикалије,
укључујући катран, које су штетне за организам.
Неке цигарете садрже више штетног катрана,
неке мање.



Никотин (дуван)

КАКО се користи?

— Дуван се користи у облику цигарета, цигара или као дуван за лулу.

КАКО делује?

— Никотин је стимуланс због којег се особе које пуше осећају будније и опуштеније.

— Без никотина, људи који редовно пуше постају раздражљиви и нервозни.

— Код младих који пуше може да дође до ограничења, застоја у расту.

— Пушење цигарета изазива рак плућа и срчане болести, као и рак уста и грла.

— Пушење изазива и друге проблеме са дисањем и циркулацијом крви.

— Пушачи имају жуте мрље на зубима и прстима, а њихов дах и одећа имају непријатан мирис.

— Пушење изазива и прерано старење и борање коже.

— Пушење цигарета брзо изазива зависност.

ШТА СУ РАСТВАРАЧИ?

- Супстанце које испаравају, а њихове паре могу да доведу до осећаја »надуваности«.
- Растварачи могу да буду одређени гасови, боје, аеросоли или лепкови.

растварачи

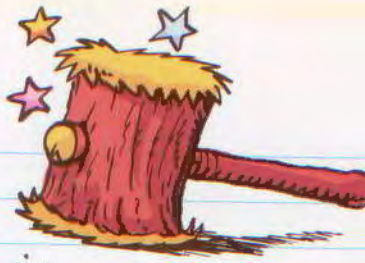
КАКО се користе?

- Паре растварача се удишу.

КАКО делују?

- Растварачи су депресори чија су дејства слична тешком пијанству.
- По узимању раствача људи почињу да се кикоћу, врти им се у глави, а могу да имају и халуцинације.
- Особе које их користе могу да почну да повраћају и падну у несвест, те стога постоји ризик од дављења.
- Већа је вероватноћа да ће се под дејством ових супстанци десити несреће, јер они који их користе не знају шта раде.
- Након употребе растварача људи се осећају лоше, имају »мамурлук«, као да су се јако напили.
- Удисање растварача може да доведе до осипа и печата на устима и носу.
- Неки растварачи могу да зауставе рад срца или да паралишу душник, изазивајући дављење и скоро моменталну смрт.
- Доводе до оштећења мозга, бубрега, јетре, плућа и репродуктивног система.

ШТА СУ СЕДАТИВИ?



- Седативи су психоактивне супстанце које преписују лекари како би помогли нервозним људима да се смире.
- Седативе лекари такође преписују како би пацијентима помогли да боље спавају.

Седативи

КАКО се користе?

- Седативи су у облику пилула или капсула и најчешће се гутају уз течност.

КАКО делују?

- Седативи су депресори који се користе како би се одагнале напетост и стрепња.
- Седативи су лекови које треба узимати искључиво по савету лекара.
- Редовна употреба седатива може да оштети памћење и смањи енергију.
- Високе дозе седатива чине да људи буду поспани и заборавни, а прекомерне дозе могу да доведу до смрти.
- Седативи изазивају зависност.

ЗАХВАЛНИЦЕ

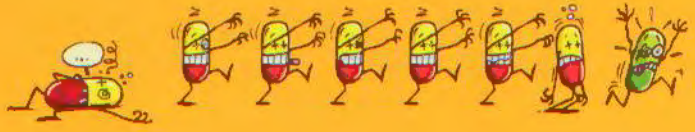
Захваљујемо ученицима, наставницима,
стручним сарадницима и директорима у основним школама,
као и деци, запосленима и директору у дечјем дому у Крагујевцу,
који су учествовали и помогли у припреми и стварању
овог информатора и у активностима везаним за
»Креативни рад са децом на превенцији злоупотребе дрога«
реализованом од јануара до маја 2010. године.

ОШ Светозар Марковић, Београд
ОШ Ђура Даничић, Београд
ОШ Момчило Живојиновић, Младеновац
ОШ Милутин и Драгана Тодоровић, Крагујевац
ОШ Мирко Јовановић, Крагујевац
Дечији дом Младост, Крагујевац
ОШ Вук Караџић, Ниш
ОШ Иван Горан Ковачић, Ниш
ОШ Душан Радовић, Ниш
ОШ Доситеј Обрадовић, Нови Сад
ОШ Петефи Шандор, Нови Сад
ОШ Никола Тесла, Нови Сад
ОШ Соња Маринковић, Нови Сад
ОШ Иво Лола Рибар, Нови Сад

Запосленима и стручњацима у пројекту
»Имплементација Националне стратегије за борбу против злоупотребе дрога«
(пројекат INSADA), који финансира Европска унија,
пружилили су подршку просветни саветници и запослени
у институтима/заводима за јавно здравље
у градовима Београд, Крагујевац, Ниш и Нови Сад.

Одобрење за рад дали су Министарство просвете
и Министарство здравља.

Срдачно се захваљујемо
свим појединцима и организацијама.



Дизајн: Данијела Парацки & D...SIGN, Београд
Цртежи: Душан Павлић & Андреј Војковић

TVOJE NE. MENJA SVE

Република Србија
МИНИСТАРСТВО ПРОСВЕТЕ

Република Србија
МИНИСТАРСТВО ЗДРАВЉА

ЕВРОПСКА УНИЈА

EURO HEALTH GROUP

Shared Learning in Action ™

working towards empowerment through education